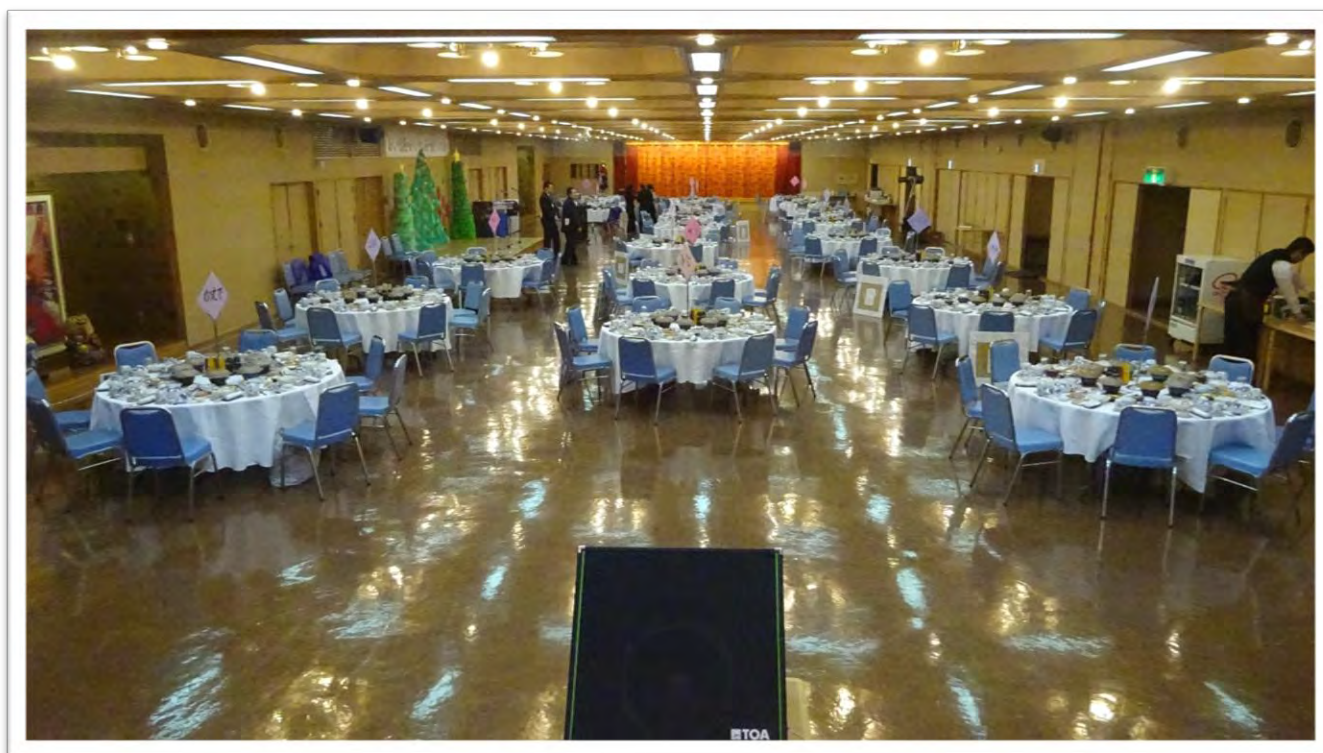


光の里



↑利用者さん・職員みんなで作いました！↑



↑クリスマス会の会場です！↑



明けましておめでとうございます。

健やかな新年をお迎えしたと心からお慶び申し上げます。

昨年 12 月 27 日のクリスマス会が利用者及び保護者の皆様のご協力によりまして無事に盛会裏に終了できたところであり、るべしべ光星苑としての令和元年最後の行事も滞りなく終えることができ、保護者及び利用者の皆様のご支援ご協力に感謝申し上げますところでございます。また、気候変動による大きな災害も生じることなく、日々を過ごすことができましたことが大変良かったと安堵しているところでもあります。

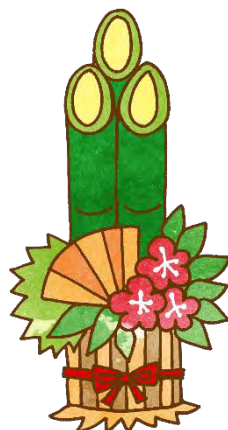
明けて本年は、オリンピック・パラリンピック大会が東京で開催される運びで施設整備も順調に進められ、後は海外からの選手及び関係者のほか、観光を兼ねた観戦者の皆さんの受入れ準備に追われているものと思います。このような中であって、マラソンと競歩が急遽札幌市で開催されることになりましたので、道民が一体となって日本選手の活躍を温かく見守って念願の金メダルが獲得できるよう祈願しているところであります。

るべしべ光星苑におきましては、利用者の皆様の年齢も 1 歳加算されますので、利用者の皆様の体調管理に十分留意するとともに、楽しい日々を過ごして頂けるよう職員一同支援してまいりますので、本年もよろしくお願い申し上げます。

例年になく雪も少ない季節ではありますが、保護者の皆様のご多幸とご健勝をご祈念申し上げ年頭に当たってのご挨拶とさせていただきます。

本年も、温かく厳しい目で職員の支援の在り方について、叱咤激励を賜りますようお願い申し上げます。

るべしべ光星苑 施設長 平井克宜



ライオンズクラブ福祉パークゴルフ交流

9月12日、光星苑パークゴルフ場で、「ライオンズクラブ福祉パークゴルフ交流」を行いました。外は少し肌寒い気温となりましたが、皆さんプレーに熱がはいり、とても盛り上がっていました。



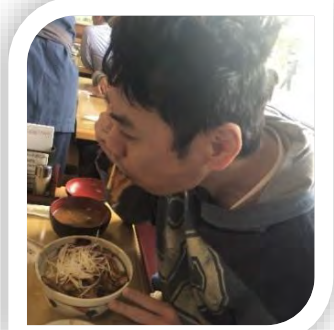
皆さんプレー前に集中してます！



入賞おめでとう！！

帯広旅行

9月19日～20日、「帯広旅行」がありました。途中天気が悪くなり、予定されていた動物園などは行けませんでした。帯広名物の「豚丼」を食べたり、たくさん買い物をしたりと皆さん満足されていました。



十勝川温泉第一ホテル・豆陽亭に泊まったよ(▽)/



スターバックスでティータイム♪



秋祭り見学

9月29日、町内の秋祭り見学の予定でしたが、苑内で風邪が流行り、今年は残念ながら行くことが出来ませんでした。しかし利用者さんの希望を聞いてお昼は職員が祭りの屋台で食べ物を買いに行き、皆さんで食べました。



来年は行けると良いですね(>_<)

収穫祭

10月6日、るべしべやよい苑にて、「収穫祭」がありました。天気も良く、ご家族や地域の方、やよい苑の利用者さんと、有意義な時間を過ごすことが出来ました。また去年は写真を撮り忘れてしまいましたが、今年は皆さんの素敵な笑顔をたくさん撮ることが出来ました。



みんなで美味しい物たくさん食べたよ♪



観楓会

10月11日、観楓会がありました。今年もパークゴルフと室内ゲームに分かれ楽しみました。たくさん身体を動かした後は、皆さんでジンギスカンを食べ、楽しいひと時を過ごしました。



↑みんな白熱してます！↑



↑入賞おめでとう！！↑

東京旅行

10月16日～18日にかけて、東京旅行がありました。いつもとは違う大都会の景色に終始圧倒されていましたが普段なかなか味わえない経験に皆さん笑顔で楽しまれていました。



↑ディズニーシーと雷門行ってきたよ♪↑



グループ外出 ①

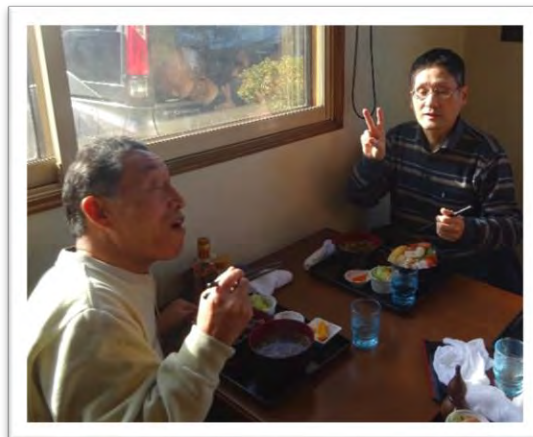
11月18日～29日にかけて、今年最後のグループ外出がありました。外は少し寒かったですが、皆さんそれぞれ買い物を楽しみ、美味しいものを食べ大満足でした。



みんな美味しいご飯で笑顔いっぱい😊



グループ外出 ②

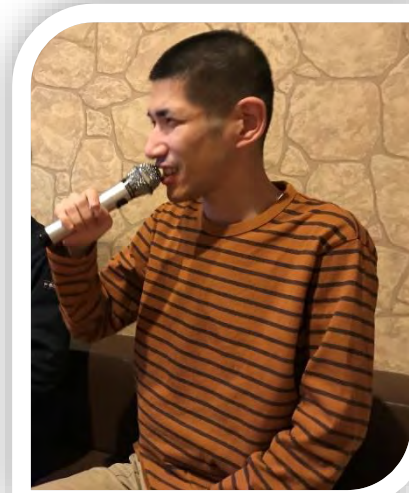


女満別空港へ行きました！



☆ボウリングマン参上☆

新年号は「令和」です！！



北見ハッカ通商へ行ってきましたー！



クリスマス会

12月27日、毎年恒例の、るべしべやよい苑との「合同クリスマス会」がありました。
今年も利用者さんによる歌や踊り、皆さんとゲームを行いとても盛り上がりました。



楽
し
い
ね
♪



み
ん
な
一
緒
で



新年会

1月7日、「新年会」がありました。今年も1年良い年でありますようにと、皆さんそれぞれ出し物を行い盛り上げました。もちろん職員の出し物もありましたよ... 女性職員は年々クオリティーが増しています。



今年の年男です！

施設長の挨拶！



↓利用者さんも出し物頑張りました！！↓



↓職員も身体張りました！！笑↓



日中活動

【あのね】 11月15日、「あのね」の皆さんが来苑され、紙芝居やエプロンシアター、利用者さんと一緒に手遊びや童謡を一緒に歌って楽しみました。



みんなで楽しく手遊び・紙芝居を楽しんだよ♪



【マジックショー】 11月22日、荒木正憲さんによるマジックショーがありました。マジックの不思議さに利用者さんも真剣な表情で観ておりました。



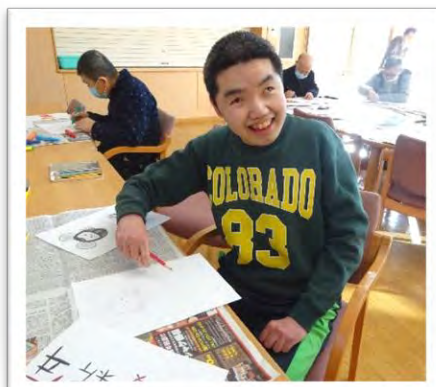
マジックって不思議だね～(°Д°)



皆さん真剣です！

日中活動

【年賀状イラスト】 12月6日、年賀状のイラストを作成しました。皆さんそれぞれ個性豊かな作品になりました。



上手に描けたかな??



完成した年賀状です！

【クリスマス会制作】 12月13日、クリスマス会で使用する飾りを作りました。皆さん指先に集中し真剣な表情で取り組んでいる姿が印象的でした。



みんな真剣です！！



お知らせコーナー

○訃報のお知らせ

昨年の9月22日に高原均作さんをご逝去されました。心よりお悔やみ申し上げます。

○新しい仲間が増えました！！

松井陸さんです。1月1日から光星苑の新しい仲間になりました。よろしくお願いします。

○2月・3月の行事予定

- ・2月 4日 豆まき・誕生日会
- 23日 湧別原野クロスカントリースキー大会(希望者のみ)
- ・3月 3日 誕生日会
- 6日 雪中レクリエーション

施設内研修

9月26日、留辺蘂消防署立ち合いによる職員研修を行いました。

改めて、火災報知機の操作手順や通報の仕方、実際に火災が発生した時の対処法などを説明・アドバイス頂きました。屋外では、消火器の使い方、消火時の注意点も学ばせて頂きました。



☆編集を終えて☆

当然ですが、今年もまた冬がやってきました。雪まつりやウィンタースポーツなど楽しいイベントもありますが、冬は体にとって過酷な季節でもあります。

この時期、脳卒中患者は日本で年間137万人発症するそうです。高齢化や、転倒など以外にも、忘新年会での多量の飲酒により、血液がドロドロになることも原因とされています。楽しいお酒も程々に。

世界保健機構（WHO）によると

「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」と言われています。

長い北海道の冬、自身や家族の健康について考えてみるのもいかがでしょうか。

(T 記)